

# Minestrone

Einweichen: ca. 12 Std.

Vor- und zubereiten: ca. 50 Min.

Ergibt ca. 2 Liter

**150 g getrocknete Borlotti-Bohnen**, ca. 12 Std. eingeweicht, abgetropft

**1½ Liter Wasser**, siedend

Bohnen ca. 35 Min. knapp weich kochen, Wasser abgiessen, Bohnen beiseite stellen.

## Minestrone

**100 g Speckwürfeli**

**1 Zwiebel**, fein gehackt

**2 Knoblauchzehen**, gepresst

**100 g Lauch**, in ca. 5 mm breiten Ringen

**100 g Rübli**, in ca. 1 cm grossen Würfeln

**100 g Stangensellerie**, in ca. 1 cm langen Stücken

**150 g Wirz**, in ca. 1 cm breiten Streifen

**beiseite gestellte Bohnen**

**1,8 Liter Gemüsebouillon**

**150 g mehlig kochende Kartoffeln**, in ca. 1 cm grossen Würfeln

**100 g Spaghetti**, z.B. Capellini, evtl. gebrochen

**1 Esslöffel Majoran**, grob gehackt

**Salz, Pfeffer**, nach Bedarf

**100 g Parmesan**, gerieben



**1.** Speckwürfeli in einer grossen Pfanne kurz anbraten, Hitze reduzieren. Zwiebel und Knoblauch begeben, andämpfen.

**2.** Gemüse ca. 5 Min. mitdämpfen.

**3.** Bohnen begeben, Bouillon dazugiessen, aufkochen. Hitze reduzieren, ca. 15 Min. köcheln.

**4.** Kartoffeln und Spaghetti begeben, Minestrone ca. 20 Min. fertig köcheln, bis die Spaghetti al dente sind, Majoran begeben, würzen.

**Servieren:** Minestrone in Suppentellern anrichten. Käse darüberstreuen.

**Tipp:** Suppe mit fettfreier Bouillon und einem Zitronengrasstängel kochen und kalt servieren.

**Schneller gehts:** mit 1 Dose Borlotti-Bohnen (ca. 400 g), abgetropft, kalt abgespült. Mit den Kartoffeln und den Spaghetti begeben und ca. 20 Min. mitköcheln.